



Cuídate, usa condones.

Los condones (preservativos) pueden ayudar a evitar el embarazo y a prevenir el VIH y las ETS.

Hay condones de varios tipos y tamaños. Se pueden usar para relaciones vaginales, anales y orales. Hay condones para hombres y para mujeres.

Látex – La mayoría de los condones están hechos de látex, que es un tipo de goma.

Poliuretano – También hay condones de plástico (poliuretano). Éstos son convenientes para las personas alérgicas al látex.

Lubricados – Los condones lubricados contienen una sustancia resbaladiza (lubricante) que puede hacer que las relaciones sexuales sean más placenteras y puede prevenir la irritación. La mayoría de los lubricantes son solubles en agua y su uso con condones de látex es seguro. Los lubricantes que contienen aceites, como la vaselina o las cremas o lociones, causan la rotura de los condones, y por eso no deben emplearse esos productos. Algunos lubricantes pueden contener un producto químico que mata los espermatozoides (espermicida). *Nota: en algunos condones se usa un espermicida llamado nonoxynol-9 (N-9) que puede causar reacciones alérgicas en algunas personas y aumentar el riesgo de infectarse con VIH. No se deben usar ni condones ni lubricantes que contengan N-9. La etiqueta del condón dirá si tiene N-9, asegúrate de verificarla.*

No lubricados – Los condones que se usan para el sexo oral pueden venir con distintos sabores y en general no tienen lubricante.

Condones con sabores y condones de broma – Algunos condones, como los que brillan en la oscuridad o tienen dibujos divertidos y graciosos, son para bromear y no se deben usar para sexo vaginal o anal.

Condones internos – Son condones que normalmente se comercializan para mujeres y que se insertan en la vagina para el sexo vaginal, o dentro del ano para el sexo anal.

Los condones se pueden conseguir fácilmente en diversos lugares.

Los puedes encontrar en supermercados, farmacias (*drugstores*), centros de salud y por internet. Incluso puedes tener cerca algún lugar donde conseguir condones gratis o a muy bajo costo.

Los condones sólo sirven cuando se los usa correctamente.

Lleva contigo condones y ponte uno antes de tener sexo. Practica ponértelos y habla con tu pareja sobre el uso de condones antes de tener sexo. No uses condones después de su fecha de vencimiento.

Protégete

El uso correcto de un condón cada vez que tienes sexo puede ayudar a protegerte de:

- un embarazo no planificado,
- el VIH (el virus que causa el SIDA)
- otras ETS (enfermedades de transmisión sexual).

Goza

Los condones pueden protegerte de la mayoría de las ETS, pero son más eficaces contra las enfermedades que se contagian a través de los fluidos (como el semen y el fluido vaginal) que contra aquellas que se contagian por el contacto de piel con piel.

Acércate a tu pareja

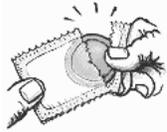
Para algunas personas, los condones pueden hacer que las relaciones sexuales sean más placenteras y duren más.

El uso de condones también puede ayudarte a comunicarte con tu pareja y a que se sientan más relajados juntos.

Departamento de Salud Pública de Massachusetts, Oficina para el Control de Enfermedades Contagiosas
(Massachusetts Department of Public Health, Bureau of Communicable Disease Control)
División para la Prevención de ETS (Division of STD Prevention)
305 South Street, Jamaica Plain, MA 02130
(617) 983-6940
www.mass.gov/dph/cdc/std

¿Cómo se usan los condones?

Trata de usar condones cada vez que tengas relaciones sexuales. El condón debe colocarse sobre el pene erecto (duro) antes de que toque los genitales (órganos sexuales) de tu pareja.



Open Carefully...



Squeeze the tip.



Unroll it fully.

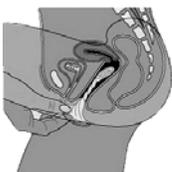
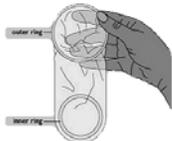


Hold base... withdraw erect.

1. Presiona el envase para comprobar que tiene aire.
2. Abre el envase. ¡Ten cuidado de no rasgar el condón!
3. Aplasta la punta del condón para sacar el aire y dejar espacio para el semen (eyaculación).
4. Desenróllalo completamente sobre el pene erecto (duro), hasta la base del pene si es posible.
5. Después de eyacular, sujeta el condón de modo que el semen no se derrame y retíralo mientras el pene aún esté erecto.
6. Sujeta el condón por su base mientras lo retires para evitar que se derrame el semen.
7. Haz un nudo en un extremo del condón y tíralo en la basura.

¿Cómo se usan los condones Reality®?

Estos condones a veces se denominan *condones femeninos* o *condones internos*. Se ponen en el interior de la vagina para el sexo vaginal o en el interior del ano (trasero) para el sexo anal. No uses un condón tradicional al mismo tiempo que un condón interno.



1. Presiona sobre el envase para comprobar que tiene aire.
2. Abre el envase, ¡ten cuidado de no rasgar el condón!
3. Aprieta el anillo interior del condón y empújalo todo lo que puedas dentro de la vagina. Para el sexo anal, debes quitar el anillo interior antes de ponértelo en el ano.
4. Cuando tú y tu pareja estén listos, guía el pene hacia el interior del condón.
5. Una vez que tu compañero eyacule, haz girar el condón tomándolo por el anillo externo y retíralo suavemente.
6. Sujeta el condón por su base mientras lo retiras para evitar que se derrame el semen.
7. Haz un nudo en el extremo del condón y tíralo en la basura.

Consejos para el uso de condones



Conserva los condones en un lugar fresco y seco; el calor o el frío pueden dañarlos.



Conserva los condones donde no puedan sufrir daños. No los guardes en la billetera ni en el auto.



No uses dos veces el mismo condón; úsalo una sola vez y tíralo a la basura.



Usa un condón por vez; el uso de dos condones juntos no es más seguro, y puede facilitar su rotura.



Antes de usar un condón, verifica la fecha de expiración. Descarta los condones expirados.



Para obtener más información...

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, Centers for Disease Control & Prevention)
www.cdc.gov

Consejo para la Información y Educación Sexual en EE. UU. (SIECUS, Sexuality Information and Education Council of the U.S.)
www.siecus.org

Planned Parenthood Federation of America
www.plannedparenthood.org

www.teenwire.com

Sex, Etc.
(un sitio web hecho por adolescentes para adolescentes)
www.sxetc.org

Comité de Acción Contra el SIDA (AIDS Action Committee)
www.aac.org

